

CARACTERÍSTICAS DE ESTRÉS ACADÉMICO Y PATRÓN DE CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Raya Contreras, Cristina (1), Núñez Ortega, Nancy Gisell (2),
Alvarez Aguirre, Alicia (3)

1 [Licenciatura En Enfermería Y Obstetricia, Campus Celaya- Salvatierra, Universidad de Guanajuato] | [c.rayacontreras@ugto.mx]

2 [Licenciatura en Enfermería Y Obstetricia, Campus Celaya-Salvatierra Universidad de Guanajuato] | [n.nuñezortega@ugto.mx]

3 [Departamento de Enfermería Clínica, División de Ciencias de la Salud e Ingenierías, Campus Celaya-Salvatierra, Universidad de Guanajuato] | [alicia.alvarez@ugto.mx]

Resumen

Introducción: El estrés académico es un proceso adaptativo, afecta el equilibrio del organismo, provoca respuestas físicas y conductuales que obligan al estudiante a utilizar estrategias positivas y negativas de afrontamiento. Una de las estrategias negativas es el abuso de consumo de alcohol que afecta el entorno social, salud y educativo. **Objetivo:** conocer las características del estrés académico y patrón de consumo de alcohol en estudiantes universitarios. **Material y métodos:** estudio descriptivo, participaron 48 universitarios de 18 a 24 años de edad, quienes respondieron los cuestionarios AUDIT y SISCO, se calculó estadística descriptiva. El estudio se apegó al Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación. **Resultados:** participaron mujeres (60.4%) y hombres (39.6%), 39.6% cursaban cuarto semestre, refirieron como factores estresantes los trabajos escolares, tiempo limitado para trabajos y evaluaciones. Como reacciones conductuales los conflictos, problemas de concentración y ansiedad y como reacciones físicas los trastornos del sueño, dolor de cabeza y morderse las uñas, como estrategias de afrontamiento utilizadas buscar información y verbalizar la situación, elaborar un plan de acción y ejecutarlo. Se encontró consumo de alcohol en riesgo, prejudicial y dependiente. **Conclusiones:** Los resultados son base para el diseño de intervenciones para los universitarios.

Abstract

Introduction: Academic stress is an adaptive process, it affects the balance of the organism, and it provokes physical and behavioral responses that force the student to use positive and negative coping strategies. One of the negative strategies is the abuse of alcohol consumption that affects the social, health and educational environment. **Objective:** to know the characteristics of academic stress and pattern of alcohol consumption in university students. **Material and methods:** a descriptive study involving 48 university students from 18 to 24 years of age, who answered the AUDIT and SISCO questionnaires, descriptive statistics were calculated. The study adhered to the Regulation of the General Law on Health in Research Matters. **Results:** women (60.4%) and men (39.6%) participated, 39.6% attended the fourth semester, reported as school stressors, limited time for work and evaluations. As behavioral reactions conflicts, problems of concentration and anxiety and physical reactions sleep disorders, headaches and biting nails, as coping strategies used to find information and verbalize the situation, develop an action plan and implement it. Alcohol consumption was found at risk, prejudicial and dependent. **Conclusions:** The results are the basis for the design of interventions for university students.

PALABRAS CLAVE

1. Estrés; Alcohol; Universitarios

INTRODUCCIÓN

El estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el estudiante se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio estudiante son considerados estresores. [1]

El estresor afecta el equilibrio del organismo, de forma física, psicológica y emocional provocando una respuesta física y/o conductual [2], en estas situaciones existe la posibilidad de que desarrollen mecanismos positivos y negativos para afrontar las circunstancias; entre ellos es probable que inicie y mantengan la conducta de consumo de alcohol, considerada como una estrategia de afrontamiento centrada en las emociones. El consumo de alcohol se acentúa socialmente, debido a que se considera una conducta permisible y promovida culturalmente en la población, incluidos adolescentes y jóvenes. [3]

La problemática derivada del consumo de alcohol en universitarios suelen referirse a alteraciones de las relaciones con la familia, compañeros y maestros, además bajo rendimiento escolar, agresiones, violencias, perturbación del orden público y conductas de alto riesgo [4]. De la misma forma la alta vulnerabilidad de los universitarios que demuestran para el consumo de alcohol debido al acceso que tienen para la compra de bebidas alcohólicas y al incremento de situaciones de consumo que se presentan una vez que ingresan al ambiente universitario. Además, de la independencia y autonomía que asumen y en ocasiones, la falta de control de los padres. [5]

La gran preocupación en relación al consumo de alcohol en jóvenes radica no sólo en el inicio del consumo que es cada vez a edades más tempranas, sino además con mayor frecuencia e intensidad comprometiendo las condiciones generales de salud, el entorno familiar, social y educativo. Existen factores asociados al consumo de alcohol en universitarios, por ejemplo las etapas de transición, como el ingreso y permanencia en la Universidad, son las de mayor riesgo para iniciar el consumo de sustancias, debido a que los jóvenes universitarios enfrentan un sin número de situaciones potenciales de estrés. [6] De la misma forma, el proceso de separación de la familia y la adaptación a un medio poco habitual.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el alcohol, es una sustancia psicoactiva con propiedades de dependencia, en la actualidad las cifras de dependencia de alcohol por sexo, se presenta en 6.2% de hombres y 2% en mujeres. [7] El consumo nocivo de alcohol conlleva una pesada carga social y económica para las sociedades, afectando de diferentes formas, determinados por el volumen de alcohol consumido, los hábitos de consumo y, en raras ocasiones, la calidad del alcohol. Según la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODAT) 2016 -2017, el alcohol es responsable de casi 6.5% de muertes prematuras en jóvenes y con respecto a la edad de inicio de consumo de alcohol, en los hombres es de 16.7 años y en las mujeres a los 19.2 años.

La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT), declaró que el abuso del alcohol es señalado como la cuarta causa de mortalidad en 8.4% del total de las defunciones, puntualizando que sus principales afectaciones son; accidentes vehiculares, patologías derivadas del consumo, lesiones de tipo intencional, no intencional y homicidios. [8] El Consejo Nacional para la Prevención de Accidentes (CONAPRA) señala que en México mueren 24 mil personas al año por accidentes vehiculares, la mayoría de ellos atribuibles al consumo abusivo de alcohol; y de los cuales el 28% son Jóvenes con edades de entre los 15 y 29 años. Por lo que los accidentes en vehículo de motor son considerados la primera causa de muerte de las personas en este rango de edad. [5]

En base a lo señalado el estudio tiene como objetivo conocer las características del estrés académico y patrón de consumo de alcohol en estudiantes universitarios.

MATERIALES Y MÉTODOS

Estudio de enfoque cuantitativo descriptivo transversal, participaron 48 Jóvenes de entre 18 y 24 años, inscritos en una Institución de Educación Superior en Guanajuato, Guanajuato, México. El cálculo del tamaño de la muestra se determinó mediante la fórmula para poblaciones finitas, y la selección de los estudiantes se llevó a cabo a través de muestreo aleatorio.

Para recabar los datos sociodemográficos se utilizó una cédula en la que se incluyó folio, edad, género y semestre y para medir la variable de consumo de alcohol se aplicó el Test (AUDIT) conformado por diez reactivos que identifican el consumo de alcohol sin riesgo, en riesgo, perjudicial y dependiente.[9] En la variable de estrés académico se utilizó el inventario SISCO, conformado por 31 reactivos que reconocen las características del estrés que suelen acompañar al estudiante durante sus estudios. [10] Para el análisis de los datos calculó estadística descriptiva.

La información se recolecto por los investigadores, previa autorización de la autoridad educativa y se contó con el consentimiento informado de los estudiantes.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En relación a las características de los participantes 60.4% fueron mujeres, 39.6% cursaban cuarto semestre y 33.3% tercer semestre, el promedio de edad fue 20.33 (DE= 1.310) años.

Los participantes manifestaron como factores estresantes la competencia con los compañeros del grupo (25.8%), tareas y trabajos escolares (91.7%), personalidad y carácter del profesor (50.1%), evaluaciones (83.4%), no entender temas de clase (50.0%), participación en clases (43.8%) y tiempo limitado para trabajos (85.5%). Como reacciones conductuales los conflictos (83.5%), aislamiento (25.1%), desgano para realizar las labores escolares (50.0%), aumento o reducción del consumo de alimentos (47.9%), inquietud (52.1%), depresión (41.7%), ansiedad (56.3%) y problemas de concentración (62.6%). Como reacciones físicas los trastornos del sueño (100%), fatiga crónica (43.8%), dolor de cabeza (50.0%), problemas de digestión (37.5%) y morderse las uñas (45.9%). Como estrategias de afrontamiento utilizadas refirieron habilidad asertiva (64.6%), elaboración de un plan (64.6%), elogios a si mismo (45.9%), religiosidad (43.8%), buscar información (66.7%) y Verbalizar la situación (60.4%).

En cuanto al consumo de alcohol se encontró 81.3% sin riesgo, 6.3% perjudicial y 2.1% dependiente.

Los resultados obtenidos son similares a otros estudios de población similar.

CONCLUSIONES

Los participantes refirieron con mayor porcentaje como factores estresantes las tareas y trabajos escolares, tiempo limitado para trabajos, evaluaciones y personalidad y carácter del profesor. Respecto a las reacciones conductuales por el estrés académico mencionaron los conflictos, problemas de concentración, ansiedad y desgano para realizar las labores escolares. Asimismo las reacciones físicas manifestaron trastornos del sueño, dolor de cabeza, morderse las uñas y fatiga crónica. Ante el estrés académico las estrategias de afrontamiento utilizadas son buscar información y verbalizar la situación además de elaborar un plan de acción y ejecutarlo. Se encontró consumo de alcohol en riesgo, perjudicial y dependiente

AGRADECIMIENTOS

Al verano de Investigación UG

A la División de Ciencias de la Salud e Ingenierías del Campus Celaya Salvatierra

A la Coordinación del Programa de Licenciatura en Enfermería y Obstetricia Sede Salvatierra

A los participantes del estudio

REFERENCIAS

- [1] Toribio, C., Franco, C. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Salud y Administración*, 3(7), 11-18.
- [2] Condoyque, K.J., Herrera, A. E. (2016). Nivel de Estrés en los Estudiantes de las Licenciaturas en Enfermería y Nutrición de la Universidad de la Sierra Sur. *Salud y Administración*, 4(9), 15-24.
- [3] Armendáriz, N. A., Luis, M. A. V., Alonso, M. M., Alonso, B. A., Oliva, N. N. (2012). Eventos estresantes y su relación con el consumo de alcohol en estudiantes universitarios. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 14(2), 97-112.
- [4] Castaño, G. A., Calderon, G. A. (2014). Problemas asociados al consumo de alcohol en estudiantes universitarios. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 22(5),739-46.
- [5] Hinojosa, G. L., Gherardi-donato, S. E. C., Alonso, C. M. (2017). Estrés académico y consumo de alcohol en universitarios de nuevo ingreso. *Journal Health*, 2(1),133-147.
- [6]. Jaimes, M. A., Sánchez, L. F., Velandia, J. P., Adolfo, G. (2017). Patrón de consumo de alcohol de los estudiantes ubicados en los semestres de mayor estrés académico del programa de medicina de la universidad de pamplona en el primer periodo del año2016: Estudio descriptivo. *IMBIO*, 4, 13-20.
- [7] Organización Mundial de la Salud (2014). Informe sobre la salud en el mundo: Reducir los riesgos y promover una vida sana. Estrategia mundial para reducir el uso nocivo del alcohol. Suiza: Ediciones de la OMS.
- [8] Gutiérrez, J. P., Rivera, J., Shamah, T., Oropeza, C., Hernández, M. (2012). Tabaco y alcohol. Instituto Nacional de Salud Pública. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados por entidad federativa, Michoacán. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública.
- [9] Saunders, J. B., Aasland, O. G., Babor, T. F., De La Fuente, J., Grant, M. (1993). Development of the Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT): WHO collaborative project on early detection of persons with harmful alcohol consumption-II. *Addiction*, 88, 791-804.
- [10] Barraza, M. A. (2007). Instrumentos de investigación: el inventario SISCO del estrés académico. *INED*, 7, 89-93.